

batubatu Studio Time Table 2026 7 July

祝日はタイムテーブルが変更となります

岩盤 4F		トレーニング B1	
ヨガ系 トレ系 岩盤フリータイム	強度高め	有酸素系 筋トレ・調整系 ヨガ・リリース系	持ち物 マット

デイ会員	平日 9:00 - 18:00 迄ご利用 OK
ナイト会員	平日 16:00 - ラスト 迄ご利用 OK

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	プレミアム・スタンダード会員	プレミアム・スタンダード会員		プレミアム・スタンダード会員	プレミアム・スタンダード会員	プレミアム・スタンダード会員	プレミアム・スタンダード会員
8:00	岩盤	トレーニング		岩盤	岩盤	岩盤	岩盤
9:00						8:30-9:30 アーサナ矯正ヨガ 岩田マリ	8:30-9:30 HATHA+ ゆきみ
10:00	9:30-10:30 ボディメイク&メンテナンス Ryu	9:30-10:30 朝ヨガ hiro		9:30-10:30 背中美人 KUMIKO	9:30-10:30 ナチュラル引き締めヨガ eri		9:15-10:15 コアワークヨガ オカモト
11:00	10:30-11:15 パンジー 4D PRO® まさやす	10:15-11:00 美尻 まさやす		10:15-11:00 シルクサスペンション おおた	10:15-11:00 セラバンド de 美ボディメイク 志音	10:15-11:00 UBOUND Asami	10:40-11:40 サーキットトレーニング まさやす
12:00	11:45-12:45 おなか美人 KUMIKO	11:45-12:30 KIMAX Ryu		11:30-12:15 布 de ピラティス おおた	11:30-12:15 シルクサスペンション AKI	10:40-11:40 ストレスリリース Nana	10:40-11:35 ヨガdetox ピラdetox 中島
13:00	13:00-13:45 UBOUND Ryu	11:45-12:45 美骨盤ヨガ まこと		12:45-13:15 トランポリン KAE	11:45-12:45 ピラティス&リリース 志音	11:30-12:15 Exercise Asami	11:55-12:40 パンジー 4D PRO® まさやす
14:00	14:00-15:00 脚美人 KUMIKO	14:00-15:00 女性のアロマヨガ Tomo		13:45-14:30 美脚美尻 KAE	12:45-13:30 コンディショニングピラティス AKI	12:50-13:50 お楽しみ イレギュラークラス ※担当インストラクターは 前月平均値までにご参加します 予約ページにてご確認ください	12:50-13:50 美姿勢 Band YOGA Asami
15:00				14:00-15:00 第1-3-4-5 コアバランス ヨガ Nozomi	14:00-15:00 ハタフロー Naomi	14:00-14:30 UBOUND30 Asami	12:50-13:50 デトックス 中島
16:00	16:15-17:15 床バリエーション 佐々木	16:15-17:15 腸活ヨガ ふせやん		16:00-17:30 batu 浴タイム		15:00-16:00 ボディメイク&リフレッシュ 志音	14:30-15:15 顔ヨガ 中島
17:00				16:15-17:15 ほくしセレクト Asami		15:00-15:45 ホイールヨガ Tomo	15:00-16:00 アロマリトリートヨガ ユキコ
18:00	18:30-19:30 腸活ヨガ ふせやん	18:30-19:30 ボディメイク&メンテナンス Ryu		18:30-19:30 HATHA ゆきみ	18:30-19:30 背中美人 KUMIKO	17:10-18:10 Yoga for Woman はるみ	17:10-18:10 お楽しみ イレギュラークラス ※担当インストラクターは 前月平均値までにご参加します 予約ページにてご確認ください
19:00	19:45-20:30 コンディショニングピラティス AKI	19:45-20:15 美尻 KAE		19:45-20:30 UBOUND Ryu	19:45-20:30 トータルシェイプ まさやす	19:30-20:30 メンズヨガ ※週毎に担当者変更	18:55 CLOSE
20:00	20:45-21:45 呼吸を深める入ローヨガ ももせ	20:45-21:45 ディープ リラクゼーション ユキコ		20:45-21:45 動的ストレッチ 山口	20:45-21:45 コアリラクゼーション オカモト	21:15 CLOSE	
21:00							
22:00							

休館日



batubatu Studio Time Table 2026 8 August

祝日はタイムテーブルが変更となります

岩盤 4F		トレーニング B1	
ヨガ系 トレ系	有酸素系	筋トレ・調整系	持ち物
岩盤フリータイム	強度高め	ヨガ・リラ系	タオル マット

デイ会員	平日 9:00 - 18:00 迄ご利用 OK
ナイト会員	平日 16:00 - ラスト 迄ご利用 OK

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	プレミアム・スタンダード会員	プレミアム・スタンダード会員		プレミアム・スタンダード会員	プレミアム・スタンダード会員	プレミアム・スタンダード会員	プレミアム・スタンダード会員
8:00	岩盤	トレーニング		岩盤	岩盤	岩盤	岩盤
9:00						8:30-9:30 アーサナ矯正ヨガ 岩田マリ	8:30-9:30 HATHA+ ゆきみ
9:30-10:30	ボディメイク&メンテナンス Ryu	9:30-10:30 朝ヨガ hiro		9:30-10:30 背中美人 KUMIKO	9:30-10:30 ナチュラル引き締めヨガ eri		9:15-10:15 コアワークヨガ オカモト
10:00		10:15-11:00 美尻 まさやす		10:15-11:00 シルクサスペンション おおた	10:15-11:00 セラバンド de 美ボディメイク 志音	10:15-11:00 UBOUND Asami	10:40-11:35 サーキットトレーニング まさやす
10:30-11:15	パンジー 4D PRO® まさやす			11:30-12:15 布 de ピラティス おおた	11:30-12:15 シルクサスペンション AKI	11:30-12:15 Exercise Asami	11:55-12:40 パンジー 4D PRO® まさやす
11:00		11:45-12:30 KIMAX Ryu		11:45-12:45 美人ストレッチ KUMIKO	11:45-12:45 ピラティス&リリース 志音	12:45-13:30 美姿勢 Band YOGA Asami	
11:45-12:45	おなか美人 KUMIKO	11:45-12:45 美骨盤ヨガ まこと		12:45-13:15 トランポリン KAE	12:45-13:30 コンディショニングピラティス AKI	12:50-13:50 お楽しみ イレギュラークラス ※担当インストラクターは 前月半期までにご確認ください 予約ページにてご確認ください	12:50-13:50 デトックス 中島
12:00		12:30-13:00 筋膜リリース まさやす		13:45-14:30 美脚美尻 KAE	14:00-15:00 ハタフロー Naomi	14:00-14:30 UBOUND30 Asami	13:15-14:00 美尻 まさやす
13:00		13:00-13:45 UBOUND Ryu				15:00-15:45 ホイールヨガ Tomo	14:30-15:15 顔ヨガ 中島
14:00	14:00-15:00 脚美人 KUMIKO	14:00-15:00 女性のアロマヨガ Tomo		16:00-17:30 batu 浴タイム Asami	16:00-17:30 batu 浴タイム	17:10-18:10 Yoga for Woman はるみ	17:10-18:10 お楽しみ イレギュラークラス ※担当インストラクターは 前月半期までにご確認ください 予約ページにてご確認ください
15:00		16:15-17:15 腸活ヨガ ふせやん					18:55 CLOSE
16:00	16:15-17:15 床ヨガBodyMake 佐々木						
17:00							
18:00	18:30-19:30 腸活ヨガ ふせやん	18:30-19:30 ボディメイク&メンテナンス Ryu		18:30-19:30 HATHA ゆきみ	18:30-19:30 背中美人 KUMIKO		
19:00		19:45-20:30 コンディショニングピラティス AKI		19:45-20:30 UBOUND Ryu	19:45-20:30 トータルシェイプ まさやす	19:30-20:30 メンズヨガ ※週毎に担当者変更	
20:00							
21:00	20:45-21:45 呼吸を深める入ローヨガ ももせ	20:45-21:45 ディープ リラクゼーション ユキコ		20:45-21:45 動的ストレッチ 山口	20:45-21:45 コアリラクゼーション オカモト		
22:00							
	22:30 CLOSE			22:30 CLOSE		21:15 CLOSE	



